

ООО "Калужская продовольственная компания"

Согласовано:

Директор школы

Питание для начальной школы и льготных категорий обучающихся

Меню

на 12 Апреля 2025 г.

Завтрак

	Масса порции		Пищевая ценность				Витамины, мг			Мин. Вещества		Номер рецептуры
	7 - 11 лет	с 12 лет	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	В1, мг	Е, мг	С, мг	Са, мг	Fe, мг	
Каша рисовая молочная	200	250	9,5	20,7	73,3	518	0,1	0,04	0,85	108	0,5	217
Сыр порциями	15	20	3,48	4,43	0	53,7	0	0	0,00	2	0	79
Какао с молоком	200	200	5,8	5,8	34,4	205,6	0,1	0,1	1,60	172	1	462
Хлеб пшеничный	30	30	2,25	0,87	15,4	78,51	0	0,51	0,00	14,1	1,2	576
<b>Итого день:</b>	<b>445</b>	<b>500</b>	<b>21,03</b>	<b>31,8</b>	<b>123</b>	<b>855,8</b>	<b>0,2</b>	<b>0,65</b>	<b>2,5</b>	<b>296</b>	<b>2,7</b>	

Итого:	42,1	63,6	246,2	1711,6	0,4	1,3	4,9	592,9	5,3	1334,0
--------	------	------	-------	--------	-----	-----	-----	-------	-----	--------


Обед

	Масса		Пищевая ценность				Витамины, мг			Мин.		Номер рецептуры
	7 - 11 лет	с 12 лет	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	В1, мг	Е, мг	С, мг	Са, мг	Fe, мг	
Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	200	250	1,5	5,5	6,2	143,2	0	2,32	8,50	49,5	0,6	95
Макаронны отварные	150	180	6,66	5,94	35,5	221,4	0,1	0,9	0,00	14,4	1,3	256
Гуляш из говядины	90	100	17,4	3,2	5,9	121,4	0,1	0,6	3,00	19,1	1,9	327
Компот из сухофруктов	200	200	0,29	0	19,3	81	0	0,1	3,30	13,5	1,2	487
Хлеб ржаной	25	40	2,4	0,45	12,3	62,85	0,1	0,69	0,00	9,9	1,3	574
Хлеб пшеничный	35	45	4,6	0,54	29,5	125,6	0	0,51	0,00	14,1	1,2	576
<b>Итого обед:</b>	<b>500</b>	<b>565</b>	<b>32,85</b>	<b>15,63</b>	<b>109</b>	<b>755,5</b>	<b>0,3</b>	<b>5,12</b>	<b>15</b>	<b>121</b>	<b>7,4</b>	
<b>Итого за день:</b>	<b>945</b>	<b>1065</b>	<b>65,7</b>	<b>31,26</b>	<b>217</b>	<b>1511</b>	<b>0,7</b>	<b>10,24</b>	<b>30</b>	<b>241</b>	<b>15</b>	

Итого:	131,4	62,5	434,7	3021,8	1,4	20,5	59,2	482,0	29,8	2315,0
--------	-------	------	-------	--------	-----	------	------	-------	------	--------

Выработано по ГОСТ 30390-2013

Технолог  
Зав. производства  
Калькулятор

  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

ООО "Калужская продовольственная компания"

Согласовано:

*Зин* \* Директор школы

Питание для начальной школы и льготных категорий обучающихся

Меню

на 11 Апреля 2025 г.

Завтрак

	Масса порции		Пищевая ценность				Витамины, мг			Мин. Вещества		Номер рецептуры
	7 - 11 лет	с 12 лет	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	В1, мг	Е, мг	С, мг	Са, мг	Fe, мг	
Каша пшеничная молочная	200	250	10,7	20	76,3	523,9	0,1	0,4	0,85	108	0,5	269
Сыр порциями	15	15	3,48	4,4	0	53,7	0	0	0,00	2	0	82
Чай с сахаром	200	200	0,2	0,1	9,3	38,9	0	0	0,00	5,1	0,8	457
Хлеб пшеничный	30	30	2,25	0,9	15,4	78,51	0	0,51	0,00	14,1	1,2	576
<b>Итого день:</b>	<b>490</b>	<b>550</b>	<b>16,63</b>	<b>25</b>	<b>101</b>	<b>695</b>	<b>0,1</b>	<b>0,91</b>	<b>0,9</b>	<b>129</b>	<b>2,5</b>	

Итого: 

33,3	49,8	202,0	1390,0	0,2	1,8	1,7	258,0	5,0	1384,0
------	------	-------	--------	-----	-----	-----	-------	-----	--------

Обед

	Масса порции		Пищевая ценность				Витамины, мг			Мин. Вещества		Номер рецептуры
	7 - 11 лет	с 12 лет	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	В1, мг	Е, мг	С, мг	Са, мг	Fe, мг	
Суп вермишелевый	200	250	6,81	8,5	17	152	0	0,4	0,50	20	0,5	128
Печень по-строгановски	90	100	19,5	9,4	7,6	193	0,1	2,1	0,00	61	1,3	356
Картофельное пюре	150	180	4,86	6	10,4	126	0,1	0,15	2,83	45	1	377
Компот из свежих фруктов	200	200	0,29	0	19,3	81	0	0,1	3,30	13,5	1,2	487
Хлеб ржаной	25	40	2,4	0,5	12,3	62,85	0,1	0,69	0,00	9,9	1,3	574
Хлеб пшеничный	35	45	4,6	0,5	29,5	125,6	0	0,51	0,00	14,1	1,2	576
<b>Итого обед:</b>	<b>700</b>	<b>815</b>	<b>38,46</b>	<b>25</b>	<b>96,1</b>	<b>740,5</b>	<b>0,4</b>	<b>3,95</b>	<b>6,6</b>	<b>164</b>	<b>6,4</b>	
<b>Итого за день:</b>	<b>1190</b>	<b>1365</b>	<b>76,92</b>	<b>50</b>	<b>192</b>	<b>1481</b>	<b>0,8</b>	<b>7,9</b>	<b>13</b>	<b>327</b>	<b>13</b>	

Итого: 

153,8	99,5	384,4	2961,8	1,5	15,8	26,5	654,0	25,8	2498,0
-------	------	-------	--------	-----	------	------	-------	------	--------

Выработано по ГОСТ 30390-2013

Технолог \_\_\_\_\_  
 Зав. производства \_\_\_\_\_  
 Калькулятор \_\_\_\_\_

ООО "Калужская  
продовольственная компания"

Питание для начальной  
школы и  
льготных категорий  
обучающихся

Меню  
на 10 Апреля 2025 г.

**Завтрак**

Согласовано: \_\_\_\_\_

Директор школы

	Масса порции		Пищевая ценность				Витамины, мг			Мин. Вещества		Номер рецептуры
	7-11 лет	с 12 лет	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	В1, мг	Е, мг	С, мг	Са, мг	Fe, мг	
Запеканка творожная с молоком сгущенным	200/5	220/7	13,4	6,35	52,5	320,75	0	0,43	0,36	17,9	0,8	282
Чай с сахаром	200	200	0,2	0,1	9,3	38,9	0	0	0,00	5,1	0,8	457
Хлеб пшеничный	30	30	2,25	0,87	15,4	78,51	0	0,51	0,00	14,1	1,2	576
<b>Итого завтрак:</b>	<b>435</b>	<b>457</b>	<b>15,9</b>	<b>7,32</b>	<b>77,2</b>	<b>438,16</b>	<b>0,1</b>	<b>0,94</b>	<b>0,4</b>	<b>37,1</b>	<b>2,8</b>	

Итого: **31,7 14,6 154,4 876,3 0,1 1,9 0,7 74,1 5,6 1315,0**

**Обед**

	Масса порции		Пищевая ценность				Витамины, мг			Мин.		Номер рецептуры
	7-11 лет	с 12 лет	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	В1, мг	Е, мг	С, мг	Са, мг	Fe, мг	
Суп фасолевый на курином бульоне	200	250	6,81	8,49	17	165,96	0	2,45	2,00	33,5	0,7	130
Рагу из овощей с мясом птицы	220	250	11,4	18,2	25,4	370,6	0,2	2,39	2,50	45,2	2,4	322
Чай Каркаде	200	200	0	0,01	14	56,09	0	0	0,10	0,5	0,1	79
Хлеб ржаной	25	40	2,4	0,45	12,3	62,85	0,1	0,69	0,00	9,9	1,3	574
Хлеб пшеничный	35	45	4,6	0,54	29,5	125,6	0	0,51	0,00	14,1	1,2	576
<b>Итого обед:</b>	<b>680</b>	<b>785</b>	<b>25,2</b>	<b>27,7</b>	<b>98,2</b>	<b>781,1</b>	<b>0,3</b>	<b>6,04</b>	<b>4,6</b>	<b>103</b>	<b>5,7</b>	
<b>Итого за день:</b>	<b>1115</b>	<b>1242</b>	<b>50,4</b>	<b>55,4</b>	<b>196</b>	<b>1562,2</b>	<b>0,6</b>	<b>12,1</b>	<b>9,2</b>	<b>206</b>	<b>11</b>	

Итого: **100,8 110,8 392,6 3124,4 1,2 24,2 18,4 412,7 22,9 1681,0**

Выработано по ГОСТ 30390-

Технолог  
Зав. производства  
Калькулятор

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

ООО "Калужская продовольственная компания"

Питание для начальной школы льготных категорий

Меню

на 9 Апреля 2025 г.

Согласовано:



**Завтрак**

	Масса порции		Пищевая ценность				Витамины, мг			Мин. Вещества		Номер рецептуры
	7 - 11 лет	с 12 лет	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	В1, мг	Е, мг	С, мг	Са, мг	Fe, мг	
Макароны отварные с сыром	200	220	10,3	12,4	41,2	318	0	0	15,00	8,4	0,54	261
Чай Каркаде	200	200	0,0	0,01	14	56,09	0	0	0,10	0,5	0,13	79
Масло сливочное порциями	10	10	0,13	7,25	0,09	66,1	0	0,01	0,00	0,24	0	75
Хлеб пшеничный	30	30	2,25	0,87	15,4	78,51	0	0,51	0,00	14,1	1,17	576
<b>Итого завтрак:</b>	<b>440</b>	<b>460</b>	<b>12,68</b>	<b>20,53</b>	<b>70,7</b>	<b>518,7</b>	<b>0,1</b>	<b>0,52</b>	<b>15,1</b>	<b>23,2</b>	<b>1,84</b>	

<b>Итого:</b>	<b>25,4</b>	<b>41,1</b>	<b>141,4</b>	<b>1037,4</b>	<b>0,2</b>	<b>1,0</b>	<b>30,2</b>	<b>46,5</b>	<b>3,7</b>	<b>991,0</b>
---------------	-------------	-------------	--------------	---------------	------------	------------	-------------	-------------	------------	--------------

**Обед**

	Масса		Пищевая ценность				Витамины, мг			Мин.		Номер рецептуры
	7 - 11 лет	с 12 лет	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	В1, мг	Е, мг	С, мг	Са, мг	Fe, мг	
Рассольник Домашний на курином бульоне	200	250	0,3	5,8	9,2	89,5	0,1	2,4	8,25	22,8	54,75	101
Биточек куриный	90	100	20,53	16,5	16,5	177,3	0,1	2,1	0,00	61	1,29	372
Гречка отварная	150	180	10,62	7,94	65,4	302,2	0,4	1,05	0,00	61	1,29	202
Компот из сухофруктов	200	200	0,29	0	19,3	81	0	0,1	3,30	13,5	1,16	487
Хлеб ржаной	25	40	2,4	0,45	12,3	62,85	0,1	0,69	0,00	9,9	1,32	574
Хлеб пшеничный	35	45	4,6	0,54	29,5	125,6	0	0,51	0,00	14,1	1,17	576
<b>Итого обед:</b>	<b>700</b>	<b>815</b>	<b>38,74</b>	<b>31,23</b>	<b>152</b>	<b>838,5</b>	<b>0,7</b>	<b>6,85</b>	<b>11,55</b>	<b>182</b>	<b>60,98</b>	
<b>Итого за день:</b>	<b>1140</b>	<b>1275</b>	<b>77,18</b>	<b>56,66</b>	<b>295</b>	<b>1588</b>	<b>1,3</b>	<b>11,3</b>	<b>14,85</b>	<b>342</b>	<b>67,21</b>	

<b>Итого:</b>	<b>154,7</b>	<b>119,1</b>	<b>599,5</b>	<b>3264,5</b>	<b>2,7</b>	<b>25,0</b>	<b>38,0</b>	<b>706,3</b>	<b>189,2</b>	<b>2312,0</b>
---------------	--------------	--------------	--------------	---------------	------------	-------------	-------------	--------------	--------------	---------------

Выработано по ГОСТ 30390-2013

Технолог  
Зав. производства  
Калькулятор

*(Handwritten signature)*

ООО "Калужская продовольственная компания"

Согласовано:

Директор школы

Питание для начальной школы и льготных категорий обучающихся

Меню

на 8 Апреля 2025 г.

**Завтрак**

	Масса порции		Пищевая ценность				Витамины, мг			Мин. Вещества		Номер рецептуры
	7 - 11 лет	с 12 лет	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	В1, мг	Е, мг	С, мг	Са, мг	Fe, мг	
Омлет натуральный	200	220	18,0	18,0	3,7	333	0,1	0	0,29	134	3,3	235
Фрукт по сезону	100	100	0,13	7,25	0,09	66,1	0	0,01	0,00	0,24	0	75
Чай с сахаром и лимоном	200/5	200/5	0,3	0,1	9,5	40,1	0	0,02	1,00	7,9	0,87	459
Хлеб пшеничный	30	30	2,25	0,87	15,4	78,51	0	0,51	0,00	14,1	1,2	576
<b>Итого завтрак:</b>	<b>330</b>	<b>350</b>	<b>20,7</b>	<b>26,22</b>	<b>28,7</b>	<b>517,7</b>	<b>0,1</b>	<b>0,54</b>	<b>1,3</b>	<b>157</b>	<b>5,4</b>	

Итого:

41,4	52,4	57,4	1035,4	0,2	1,1	2,6	313,3	10,8	1345,0
------	------	------	--------	-----	-----	-----	-------	------	--------

**Обед**


	Масса		Пищевая ценность				Витамины, мг			Мин.		Номер рецептуры
	7 - 11 лет	с 12 лет	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	В1, мг	Е, мг	С, мг	Са, мг	Fe, мг	
Борщ из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	200	250	6,81	8,49	17	166	0	2,35	8,00	36,8	1,1	95
Шницель рыбный	80	100	20,5	16,5	16,5	177,3	0,1	2,1	0,00	61	1,3	309
Картофельное пюре	150	180	4,86	6	10,4	126	0,1	0,15	2,83	45	1	377
Компот из свежих фруктов	200	200	0,29	0	19,3	81	0	0,1	3,30	13,5	1,2	487
Хлеб ржаной	25	40	2,4	0,45	12,3	62,85	0,1	0,69	0,00	9,9	1,3	574
Хлеб пшеничный	35	45	4,6	0,54	29,5	125,6	0	0,51	0,00	14,1	1,2	576
<b>Итого обед:</b>	<b>655</b>	<b>770</b>	<b>34,9</b>	<b>31,44</b>	<b>75,5</b>	<b>613,1</b>	<b>0,4</b>	<b>5,39</b>	<b>14</b>	<b>166</b>	<b>5,9</b>	
<b>Итого за день:</b>	<b>985</b>	<b>1120</b>	<b>74,4</b>	<b>63,42</b>	<b>181</b>	<b>1352</b>	<b>0,7</b>	<b>11,29</b>	<b>28</b>	<b>346</b>	<b>13</b>	

Итого:

148,8	126,8	361,1	2703,8	1,5	22,6	56,5	692,8	25,8	2418,0
-------	-------	-------	--------	-----	------	------	-------	------	--------

Выработано по ГОСТ 30390-2013

Технолог  
Зав. производства  
Калькулятор

  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**Питание для начальной  
школы и  
льготных категорий  
обучающихся**

**Меню**

на 7 Апреля 2025 г.

**Завтрак**

	Масса порции		Пищевая ценность				Витамины, мг			Мин. Вещества		Номер рецептуры
	7 - 11 лет	с 12 лет	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	В1, мг	Е, мг	С, мг	Са, мг	Fe, мг	
Каша из крупы "Геркулес" молочная	200	250	12,65	11,12	16,8	217,9	0,1	0,45	0,00	115	0,6	234
Кофейный напиток	200	200	0	0	10	40	0	0	0,00	2,6	0,1	464
Сыр порциями	15	20	3,48	4,43	0	53,7	0	0	0,00	2	0	79
Хлеб пшеничный	30	30	2,25	0,87	15,4	78,51	0	0,51	0,00	14,1	1,2	576
<b>Итого завтрак:</b>	<b>565</b>	<b>595</b>	<b>18,38</b>	<b>16,42</b>	<b>42,2</b>	<b>390,1</b>	<b>0,1</b>	<b>0,96</b>	<b>0</b>	<b>133</b>	<b>1,8</b>	

Итого:

<b>36,8</b>	<b>32,8</b>	<b>84,4</b>	<b>780,2</b>	<b>0,2</b>	<b>1,9</b>	<b>0,0</b>	<b>266,9</b>	<b>3,7</b>	<b>1353,0</b>
-------------	-------------	-------------	--------------	------------	------------	------------	--------------	------------	---------------

**Обед**

	Масса		Пищевая ценность				Витамины, мг			Мин.		Номер рецептуры
	7 - 11 лет	с 12 лет	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	В1, мг	Е, мг	С, мг	Са, мг	Fe, мг	
Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	200	250	1,5	5,5	6,2	143,2	0	2,32	8,50	49,5	0,6	95
Плов с мясом птицы	220	250	15,37	10,25	31	278	0,1	2,1	0,00	25	0,9	375
Чай с сахаром	200	200	0,2	0,1	9,3	38,9	0	0	0,00	5,1	0,8	457
Хлеб ржаной	25	40	2,4	0,45	12,3	62,85	0,1	0,69	0,00	9,9	1,3	574
Хлеб пшеничный	35	45	4,6	0,54	29,5	125,6	0	0,51	0,00	14,1	1,2	576
<b>Итого обед:</b>	<b>680</b>	<b>785</b>	<b>24,07</b>	<b>16,84</b>	<b>88,3</b>	<b>648,6</b>	<b>0,3</b>	<b>5,62</b>	<b>8,5</b>	<b>104</b>	<b>4,8</b>	
<b>Итого за день:</b>	<b>1245</b>	<b>1380</b>	<b>48,14</b>	<b>33,68</b>	<b>177</b>	<b>1297</b>	<b>0,6</b>	<b>11,24</b>	<b>17</b>	<b>207</b>	<b>9,7</b>	

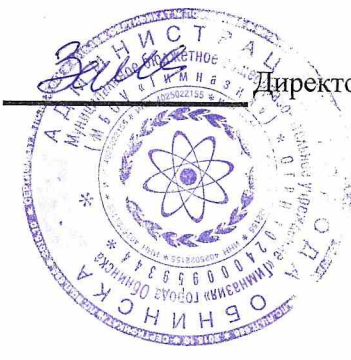
Итого:

<b>96,3</b>	<b>67,4</b>	<b>353,2</b>	<b>2594,2</b>	<b>1,2</b>	<b>22,5</b>	<b>34,0</b>	<b>414,4</b>	<b>19,4</b>	<b>2077,0</b>
-------------	-------------	--------------	---------------	------------	-------------	-------------	--------------	-------------	---------------

Выработано по ГОСТ 30390-

Технолог  
Зав. производства  
Калькулятор

*С*  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_



**Питание для начальной  
школы и  
льготных категорий  
обучающихся**

**Меню**

на 5 Апреля 2025 г.

**Завтрак**

	Масса порции		Пищевая ценность				Витамины, мг			Мин. Вещества		Номер рецептуры
	7 - 11 лет	с 12 лет	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	В1, мг	Е, мг	С, мг	Са, мг	Fe, мг	
Каша рисовая молочная	200	250	9,5	20,7	73,3	518	0,1	0,04	0,85	108	0,5	217
Сыр порциями	15	20	3,48	4,43	0	53,7	0	0	0,00	2	0	79
Какао с молоком	200	200	5,8	5,8	34,4	205,6	0,1	0,1	1,60	172	1	462
Хлеб пшеничный	30	30	2,25	0,87	15,4	78,51	0	0,51	0,00	14,1	1,2	576
<b>Итого день:</b>	<b>445</b>	<b>500</b>	<b>21,03</b>	<b>31,8</b>	<b>123</b>	<b>855,8</b>	<b>0,2</b>	<b>0,65</b>	<b>2,5</b>	<b>296</b>	<b>2,7</b>	

Итого:

42,1	63,6	246,2	1711,6	0,4	1,3	4,9	592,9	5,3	1334,0
------	------	-------	--------	-----	-----	-----	-------	-----	--------

**Обед**

	Масса		Пищевая ценность				Витамины, мг			Мин.		Номер рецептуры
	7 - 11 лет	с 12 лет	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	В1, мг	Е, мг	С, мг	Са, мг	Fe, мг	
Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	200	250	1,5	5,5	6,2	143,2	0	2,32	8,50	49,5	0,6	95
Макароны отварные	150	180	6,66	5,94	35,5	221,4	0,1	0,9	0,00	14,4	1,3	256
Гуляш из говядины	90	100	17,4	3,2	5,9	121,4	0,1	0,6	3,00	19,1	1,9	327
Компот из сухофруктов	200	200	0,29	0	19,3	81	0	0,1	3,30	13,5	1,2	487
Хлеб ржаной	25	40	2,4	0,45	12,3	62,85	0,1	0,69	0,00	9,9	1,3	574
Хлеб пшеничный	35	45	4,6	0,54	29,5	125,6	0	0,51	0,00	14,1	1,2	576
<b>Итого обед:</b>	<b>500</b>	<b>565</b>	<b>32,85</b>	<b>15,63</b>	<b>109</b>	<b>755,5</b>	<b>0,3</b>	<b>5,12</b>	<b>15</b>	<b>121</b>	<b>7,4</b>	
<b>Итого за день:</b>	<b>945</b>	<b>1065</b>	<b>65,7</b>	<b>31,26</b>	<b>217</b>	<b>1511</b>	<b>0,7</b>	<b>10,24</b>	<b>30</b>	<b>241</b>	<b>15</b>	

Итого:

131,4	62,5	434,7	3021,8	1,4	20,5	59,2	482,0	29,8	2315,0
-------	------	-------	--------	-----	------	------	-------	------	--------

Выработано по ГОСТ 30390-

Технолог  
Зав. производства  
Калькулятор

\_\_\_\_\_

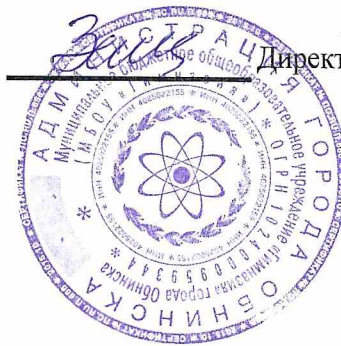
\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Питание для начальной  
школы и  
льготных категорий  
обучающихся

Меню

на 4 Апреля 2025 г.



Завтрак

	Масса порции		Пищевая ценность				Витамины, мг			Мин. Вещества		Номер рецептуры
	7 - 11 лет	с 12 лет	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	В1, мг	Е, мг	С, мг	Са, мг	Fe, мг	
Каша "Дружба"	200	250	13,8	13,8	65,2	440,2	0,1	0,12	0,34	95	0,6	229
Чай с сахаром	200	200	0,2	0,1	9,3	38,9	0	0	0,00	5,1	0,8	457
Масло сливочное порциями	10	10	0,13	7,25	0,09	66,1	0	0,01	0,00	0,24	0	75
Хлеб пшеничный	30	30	2,25	0,87	15,4	78,51	0	0,51	0,00	14,1	1,2	576
<b>Итого день:</b>	<b>440</b>	<b>490</b>	<b>16,4</b>	<b>22,02</b>	<b>90</b>	<b>623,7</b>	<b>0,1</b>	<b>0,64</b>	<b>0,3</b>	<b>114</b>	<b>2,5</b>	

Итого:

<b>32,8</b>	<b>44,0</b>	<b>180,0</b>	<b>1247,4</b>	<b>0,2</b>	<b>1,3</b>	<b>0,7</b>	<b>228,9</b>	<b>5,1</b>	<b>1337,0</b>
-------------	-------------	--------------	---------------	------------	------------	------------	--------------	------------	---------------

Обед


	Масса		Пищевая ценность				Витамины, мг			Мин.		Номер рецептуры
	7 - 11 лет	с 12 лет	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	В1, мг	Е, мг	С, мг	Са, мг	Fe, мг	
Суп картофельный с рыбными консервами	200	250	9,3	11,4	10,1	180	0,1	0,22	5,75	30,5	1	122
Биточек из говядины	90	100	13,6	14,4	4,0	200	0,1	2,1	0,00	17,1	3,4	309
Гречка отварная	150	180	10,6	7,94	65,4	302,2	0,4	1,05	0,00	61	1,3	202
Кисель из концентратов витаминов	200	200	0	0	7,5	30	0	0	0,00	1,7	0	484
Хлеб ржаной	25	40	2,4	0,45	12,3	62,85	0,1	0,69	0,00	9,9	1,3	574
Хлеб пшеничный	35	45	4,6	0,54	29,5	125,6	0	0,51	0,00	14,1	1,2	576
<b>Итого обед:</b>	<b>500</b>	<b>565</b>	<b>40,5</b>	<b>34,73</b>	<b>129</b>	<b>900,7</b>	<b>0,6</b>	<b>4,57</b>	<b>5,8</b>	<b>134</b>	<b>8,2</b>	
<b>Итого за день:</b>	<b>940</b>	<b>1055</b>	<b>81</b>	<b>69,46</b>	<b>257</b>	<b>1801</b>	<b>1,2</b>	<b>9,14</b>	<b>12</b>	<b>269</b>	<b>16</b>	

Итого:

<b>162,1</b>	<b>138,9</b>	<b>514,8</b>	<b>3602,7</b>	<b>2,4</b>	<b>18,3</b>	<b>23,0</b>	<b>537,2</b>	<b>33,0</b>	<b>2267,0</b>
--------------	--------------	--------------	---------------	------------	-------------	-------------	--------------	-------------	---------------

Выработано по ГОСТ 30390-

Технолог  
Зав. производства  
Калькулятор

  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_



Питание для начальной школы и льготных категорий обучающихся

Меню

на 3 Апреля 2025 г.

**Завтрак**

	Масса порции		Пищевая ценность				Витамины, мг			Мин. Вещества		Номер рецептуры
	7 - 11 лет	с 12 лет	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	В1, мг	Е, мг	С, мг	Са, мг	Fe, мг	
Каша из крупы "Геркулес" молочная	200	250	12,65	11,12	16,8	217,88	0,1	0,45	0,00	115	0,6	234
Кофейный напиток с молоком	200	200	3,1	3,27	19,7	117,23	0	0,08	0,20	105	0,1	465
Сыр порциями	15	20	3,48	4,43	0	53,7	0	0	0,00	2	0	79
Хлеб пшеничный	30	30	2,25	0,87	15,4	78,51	0	0,51	0,00	14,1	1,2	576
<b>Итого завтрак:</b>	<b>445</b>	<b>500</b>	<b>21,48</b>	<b>19,69</b>	<b>51,9</b>	<b>467,32</b>	<b>0,1</b>	<b>1,04</b>	<b>0,2</b>	<b>236</b>	<b>1,8</b>	

Итого:

43,0	39,4	103,8	934,6	0,2	2,1	0,4	471,7	3,6	1354,0
------	------	-------	-------	-----	-----	-----	-------	-----	--------

**Обед**

	Масса		Пищевая ценность				Витамины, мг			Мин.		Номер рецептуры
	7 - 11 лет	с 12 лет	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	В1, мг	Е, мг	С, мг	Са, мг	Fe, мг	
Суп гороховый на курином бульоне	200	250	6,81	8,49	17	165,96	0,1	0,22	5,75	30,5	1	95
Рагу из овощей и мяса птицы	220	250	11,4	18,2	25,4	370,6	0,2	2,39	2,50	45,2	2,4	322
Напиток из шиповника	200	200	0,67	0,27	18,3	78	0	0,8	80,00	11,9	0,6	496
Хлеб ржаной	25	40	2,4	0,45	12,3	62,85	0,1	0,69	0,00	9,9	1,3	574
Хлеб пшеничный	35	45	4,6	0,54	29,5	125,6	0	0,51	0,00	14,1	1,2	576
<b>Итого обед:</b>	<b>680</b>	<b>785</b>	<b>25,88</b>	<b>27,95</b>	<b>102</b>	<b>803,01</b>	<b>0,3</b>	<b>4,61</b>	<b>88,25</b>	<b>112</b>	<b>6,5</b>	
<b>Итого за день:</b>	<b>710</b>	<b>815</b>	<b>51,76</b>	<b>55,9</b>	<b>205</b>	<b>1606</b>	<b>0,7</b>	<b>9,22</b>	<b>176,5</b>	<b>223</b>	<b>13</b>	

Итого:

103,5	111,8	409,8	3212,0	1,4	18,4	353,0	446,3	26,1	2063,0
-------	-------	-------	--------	-----	------	-------	-------	------	--------

Выработано по ГОСТ 30390-2013

Технолог  
Зав. производства  
Калькулятор

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Питание для начальной школы и льготных категорий обучающихся

Меню  
на 2 Апреля 2025 г.

Завтрак

	Масса порции		Пищевая ценность				Витамины, мг			Мин. Вещества		Номер рецептуры
	7 - 11 лет	с 12 лет	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	В1, мг	Е, мг	С, мг	Са, мг	Fe, мг	
Макароны отварные с сыром	200	220	10,3	12,4	41,2	318	0	0	15,00	8,4	0,5	261
Чай с сахаром и лимоном	200/5	200/5	0,3	0,1	9,5	40,1	0	0,02	1,00	7,9	0,87	459
Хлеб пшеничный	30	30	2,25	0,87	15,4	78,51	0	0,51	0,00	14,1	1,2	576
Кондитерские изделия	30	30	2,25	2,94	22,3	124,5	0	1,41	0,00	8,7	0,6	582
<b>Итого день:</b>	<b>465</b>	<b>485</b>	<b>12,85</b>	<b>13,37</b>	<b>66,1</b>	<b>436,61</b>	<b>0,1</b>	<b>0,53</b>	<b>16</b>	<b>30,4</b>	<b>2,6</b>	

Итого:

28,0	29,7	154,6	997,7	0,1	2,5	32,0	69,5	5,8	1878,0
------	------	-------	-------	-----	-----	------	------	-----	--------

Обед

	Масса		Пищевая ценность				Витамины, мг			Мин.		Номер рецептуры
	7 - 11 лет	с 12 лет	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	В1, мг	Е, мг	С, мг	Са, мг	Fe, мг	
Борщ из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	200	250	6,81	8,49	17	165,96	0	2,35	8,00	36,8	1,1	95
Биточек рыбный	80	100	20,53	16,5	16,5	107,3	0,1	2,1	0,00	61	1,3	309
Рис отварной	150	180	5,59	5,85	45,7	253,44	0	0,32	0,00	8,28	0	205
Компот из сухофруктов	200	200	0,29	0	19,3	81	0	0,1	3,30	13,5	1,2	487
Хлеб ржаной	25	40	2,4	0,45	12,3	62,85	0,1	0,69	0,00	9,9	1,3	574
Хлеб пшеничный	35	45	4,6	0,54	29,5	125,6	0	0,51	0,00	14,1	1,2	576
<b>Итого обед:</b>	<b>690</b>	<b>815</b>	<b>40,22</b>	<b>31,83</b>	<b>140</b>	<b>796,15</b>	<b>0,3</b>	<b>6,07</b>	<b>11,3</b>	<b>144</b>	<b>6,1</b>	
<b>Итого за день:</b>	<b>1155</b>	<b>1300</b>	<b>73,63</b>	<b>55,17</b>	<b>264</b>	<b>1426,3</b>	<b>0,6</b>	<b>9,79</b>	<b>14,6</b>	<b>250</b>	<b>11</b>	

Итого:

154,1	118,8	544,3	3018,6	1,3	21,9	37,2	537,4	23,1	2246,0
-------	-------	-------	--------	-----	------	------	-------	------	--------

Выработано по ГОСТ 30390-2013

Технолог  
Зав. производства  
Калькулятор

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Питание для начальной школы и льготных категорий обучающихся

Меню  
на 1 Апреля 2025 г.

Завтрак

	Масса порции		Пищевая ценность				Витамины, мг			Мин. Вещества		Номер рецептуры
	7 - 11 лет	с 12 лет	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	В1, мг	Е, мг	С, мг	Са, мг	Fe, мг	
Омлет с кукурузой консервированной	200	220	14,5	22	7	284	0,1	1,2	1,45	170	2,6	269
Чай с сахаром	200	200	0,2	0,1	9,3	38,9	0	0	0,00	5,1	0,8	457
Хлеб пшеничный	30	30	2,25	0,87	15,4	78,51	0	0,51	0,00	14,1	1,2	576
<b>Итого день:</b>	<b>445</b>	<b>467</b>	<b>16,95</b>	<b>22,97</b>	<b>31,7</b>	<b>401,4</b>	<b>0,2</b>	<b>1,71</b>	<b>1,5</b>	<b>189</b>	<b>4,6</b>	

Итого: 

33,9	45,9	63,4	802,8	0,3	3,4	2,9	378,8	9,2	1302,0
------	------	------	-------	-----	-----	-----	-------	-----	--------

Обед


	Масса		Пищевая ценность				Витамины, мг			Мин.		Номер рецептуры
	7 - 11 лет	с 12 лет	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	В1, мг	Е, мг	С, мг	Са, мг	Fe, мг	
Суп фасолевый на курином бульоне	200	250	6,81	8,49	17	166	0	2,45	2,00	33,5	0,7	130
Запеканка картофельная с мясом	200	220	25,1	17,2	18,7	330	0,1	11,45	1,21	31,2	3,6	334
Компот из сухофруктов	200	200	0,29	0	19,3	81	0	0,1	3,30	13,5	1,2	487
Хлеб ржаной	25	40	2,4	0,45	12,3	62,85	0,1	0,69	0,00	9,9	1,3	574
Хлеб пшеничный	35	45	4,6	0,54	29,5	125,6	0	0,51	0,00	14,1	1,2	576
<b>Итого обед:</b>	<b>660</b>	<b>755</b>	<b>39,2</b>	<b>26,68</b>	<b>96,8</b>	<b>765,4</b>	<b>0,3</b>	<b>15,2</b>	<b>6,5</b>	<b>102</b>	<b>7,9</b>	
<b>Итого за день:</b>	<b>1 105</b>	<b>1 222</b>	<b>56</b>	<b>50</b>	<b>128</b>	<b>1 167</b>	<b>0</b>	<b>17</b>	<b>8</b>	<b>292</b>	<b>13</b>	

Итого: 

134,6	103,0	322,0	2697,6	1,0	47,3	21,0	496,1	28,3	2101,0
-------	-------	-------	--------	-----	------	------	-------	------	--------

Выработано по ГОСТ 30390-2013

Технолог  
Зав. производства  
Калькулятор

  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

ООО "Калужская продовольственная компания"

Питание для начальной школы и льготных категорий обучающихся

Меню  
на 31 Марта 2025 г.

Завтрак

Согласовано:

Директор школы



	Масса порции		Пищевая ценность				Витамины, мг			Мин. Вещества		Номер рецептуры
	7-11 лет	с 12 лет	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	В1, мг	Е, мг	С, мг	Са, мг	Fe, мг	
Каша гречневая молочная	200	250	10,2	9,3	48,3	317,6	0,3	0,5	0,30	86,1	6,7	213
Фрукт по сезону	100	100	0,1	7,3	0,09	66,1	0	0	0,00	0,24	0	75
Какао с молоком	200	200	5,8	5,8	34,4	205,6	0,1	0,4	1,60	172	1,0	496
Хлеб пшеничный	30	30	2,3	0,9	15,4	78,51	0	0,5	0,00	14,1	1,2	576
<b>Итого завтрак:</b>	<b>530</b>	<b>580</b>	<b>18</b>	<b>23</b>	<b>98,2</b>	<b>667,8</b>	<b>0,5</b>	<b>1,4</b>	<b>1,9</b>	<b>273</b>	<b>8,9</b>	

<b>Итого:</b>	<b>36,8</b>	<b>46,4</b>	<b>196,4</b>	<b>1335,6</b>	<b>0,9</b>	<b>2,8</b>	<b>3,8</b>	<b>545,3</b>	<b>17,8</b>	<b>1360,0</b>
---------------	-------------	-------------	--------------	---------------	------------	------------	------------	--------------	-------------	---------------

Обед

	Масса		Пищевая ценность				Витамины, мг			Мин.		Номер рецептуры
	7-11 лет	с 12 лет	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	В1, мг	Е, мг	С, мг	Са, мг	Fe, мг	
Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	200	250	1,5	5,5	6,2	143,2	0	2,3	8,50	49,5	0,6	95
Котлета куриная	90	100	21	17	16,5	177,3	0,1	2,1	0,00	61	1,3	357
Макароны отварные	150	180	6,7	5,9	35,5	221,4	0,1	0,9	0,00	14,4	1,3	256
Чай с сахаром	200	200	0,2	0,1	9,3	38,9	0	0	0,00	5,1	0,8	457
Хлеб ржаной	25	40	2,4	0,5	12,3	62,85	0,1	0,7	0,00	9,9	1,3	574
Хлеб пшеничный	35	45	4,6	0,5	29,5	125,6	0	0,5	0,00	14,1	1,2	576
<b>Итого обед:</b>	<b>700</b>	<b>815</b>	<b>36</b>	<b>29</b>	<b>109</b>	<b>769,3</b>	<b>0,4</b>	<b>6,5</b>	<b>8,5</b>	<b>154</b>	<b>6,5</b>	
<b>Итого за день:</b>	<b>1230</b>	<b>1395</b>	<b>72</b>	<b>58</b>	<b>219</b>	<b>1539</b>	<b>0,7</b>	<b>13</b>	<b>17</b>	<b>308</b>	<b>13</b>	

<b>Итого:</b>	<b>35,9</b>	<b>29,0</b>	<b>437,2</b>	<b>3077,1</b>	<b>1,4</b>	<b>26,1</b>	<b>34,0</b>	<b>616,0</b>	<b>26,0</b>	<b>2315,0</b>
---------------	-------------	-------------	--------------	---------------	------------	-------------	-------------	--------------	-------------	---------------

Выработано по ГОСТ 30390-2013

Технолог  
Зав. производства  
Калькулятор